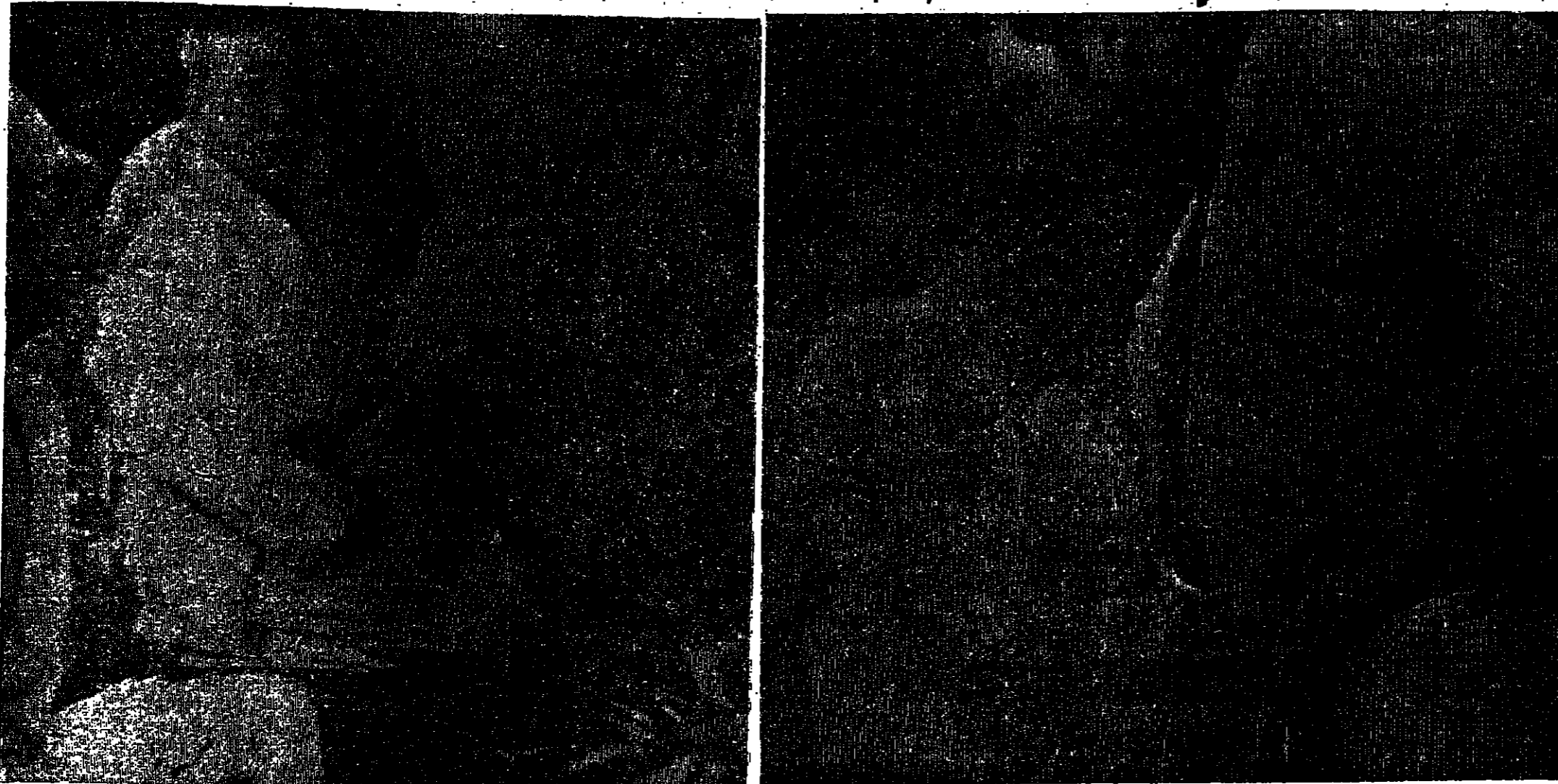




يدركون من لغومة اظفارهم على التفوق والغلبة وهم لهم



كنوز لا تحصى في الشرق، الحكمة، ضبط النفس، الصبر، القوة الروحية، قوة الجسد، أفانين الغلبة، والقتال، وأشياء كثيرة أخرى. وقد تفطن الغرب إلى هذا كله فراح يقتنيه ويأمره ويتفوق فيه. وغدا كبارهم يعلمون ويدرون صفارهم على التحمل والمشقة والصبر ثم التغلب على الخصم بمقدرة ومهارة نادرتين كاترى في هاتين الصورتين... بين المدرب وتلاميذه الصغار النجباء

قلام مشابة..

ثلاث بطاقات الى ابطال «فتح»

١- اقتنوا الدرب له
عاد يحتاج الدروب
نظي الريح .. يرش الارض موتاً ولهباً
انه عاد .. جوح الخطوات
فارس الرعب .. الرهيب القصات
وجهه من ظلمة الليل .. من تاريخ الطغاة
الف هولاكو على وجهه الف ظل للفرقة ..
انه قد عاد .. مجنون الرؤى
جرحت اقدامه صدر التراب ..
ان في عينيه شوقاً للضحايا ..
أيها اليهود ..
هينوا الحاخام .. واقتادوا الضحية
رددوا صلاتكم
نحنا يا رب من طعم الخطية
نحنا نحن يا رب .. ضحية
٢- اغلوا بالطيب اقدامه
افرشوا الدرب له ببيض الجباب
لم يعد يكفيه ان نطعمه الكلام .. كره منا الاربعال
شبع الفارس كلامنا ودموعنا
شبع الفارس ذلاً وخشوعاً
انه يريد في موكبه الشباب .. كل الشباب ..
منذ متى يتحدونا
منذ متى يسيرون
منذ متى كنا جوارى
منذ متى كنا عبيد ..
أمس كنا يرتوي التاريخ من نهر الفرات
أمس كنا بابل نضع الحياه
أين بابل يا أرض الأساطير القديعه
أين يا أم البطولات العريقة
اترى ما عاد فينا
فارس يهدي عروقه ..

٣- أيها المولود من صلب الحقيقة
رد عنا غطاء الزرع
مزن جبهة الشر اللعنه
رد لئمة مليون السكينه
سنجد مجدك المظلا
شرقنا ما عاد رعباً
شرقنا ما عاد ذلاً
انه ما عاد أفرونا .. وتكاي .. وحرباً
شرقنا شرق البطولة
والاكليل للظافر غاراً وزيتونا

م . عيد النعمان

انتظار

وطال انتظاري ..
وزاد مع الانتظار الامل ..
ورحت ارقب ذاك الطريق
اسأله هل حبيبي وصل !!
قدفن ذاك الطريق التلوج وتعصف حتى ..
وبقي بنفس شعاع الامل ..
فأرني الى تلك الشاهقات ..
احاول كبح جراح الملل
اقول لنفسي اتاك فغني
وقولي له رائعات الجميل
اتاك وفي العين الف بريق
وفي الروح شدو يحاكي الغزل
وتأني شعاعات شمس النهار
تسانق ذاك المكان الاجل
تقول انثري زهرات الربيع ..
ونادي الحوارى بملك الحلل
وقولي لتلك الطيور الجميلة ..
تنتني .. فان حبيبي .. وصل !!

راجية

مرحبا بالموت

مرحبا بالموت ايها الاوغاد
اهلا بالشهادة والاستشهاد
فداء البلاد ..
فداء لكل سهل وواد
في ربوع فلسطين ..
فلسطين، القربان الديبحة
الحمامة، المقيدة الكسيحة
مهد الاديان السبابة
والتراتيل .. والتسابيح الالهيه
«ابراهيم غنهم»
اليك سنعود ..
كالعواصف .. كالبارق ..
كالرعود ..
بلادحدود .. بلادحدود .. بلاديهدود ..
اجل : يا ارض الابهاء والجنود
اليك سنعود ..
في يوم موعود وشاهد مشهود
يا ارض الجنود يا ارض الجنود
«ابراهيم غنهم»

مع العلم والطب

الأمساك : اسبابه وطرق الوقاية منه لا تظن ان المبالغة في تناول الخضار النيئة تفيدك

انه من اكثر الامراض انتشاراً
واشدّها خفاءً ، واعظمها ضرراً
في حياة الانسان على المدى
الطويل . وهذا المرض يتسبب
عن الكسل ، وهو كسل لا يمكن
ان يكون المصابون به مسؤولين
عنه اذا انه ، بكل بساطة ،
كسل الامعاء ، المعروف باسم
« القبض » ...
مكثراً بيد الطبيب الاستاذ
اندره سوبران الذي نترجم
غته هذا المقال ، حديثه عن
الاصابة بالقبض واسبابه ووسائل
اقتائه .
ان الكثيرين يتخرجون في
الحديث عنه حتى الطبيب ،
ويروون يعالجونه على هواهم
دون مراعاة للقواعد الصحية
البداية .
• ويحسن ان نبادر فنقول ان
هذا الخلل في عمل الامعاء يعود
الى سببين اساسيين احدهما قلة
مرونة الامعاء ، وهذا من شأنه
ان يؤخر دفع ما فيها زمناً
طويلاً . والثاني يمكن ان يكون
نوعاً من تشنج او تقبض في الامعاء
يمكن ان يقيد او يمنع ذلك
الدفع ، غير ان النتائج في الحالتين
واحدة ، وما ينتج عنها من
عواقب متباعدة هي الاخرى ،
كالاحاساس بالثقل ، والغثاس ،
وتليد اللسان ، واللون غير
الطبيعي ، ثم وعلى المدى الطويل
ظهور التهاب الانسجة بسبب
تراكم السموم ، وهذه على الاقل
هي نظرية الكثيرين من
الاختصاصيين .
• ثم ان التقبض يثل حالها ما
دون تمام قيام الاعضاء او الاجهزة
بعملها التطبيري كالكبده ، والطحل
لا سبيل الى الجذال في ان القبض
عدو عتيد وضار ، ويحسن
التخلص منه بسرعة .



• ان مادة السيليولوز في خضراواته تحبطها عميرة الهضم

• اذا كنا نعلم مسبقاً ضرر
التشويات فاننا قد نجعل كذلك
ضرر الخضار النيئة لانها عميرة
الهضم وتعرض على الامعاء جهداً
كبيراً . والاكثر منها والمبالغة
في تناولها قد يؤديان الى تخمرات
في الجهاز وتيسج له ، وهذا لا
يعني ان لا تناول شيئاً منها ،
ولكن ، بكل بساطة ، ان
تناولها باعتدال .
• ان الخضار والفواكه المسلوقة
هي صديقة اصحاب الامعاء
الكسولة . وبالمبالغة فاننا
نستطيع ان نشيئ ثناء عاطراً
على انواع « الكومبوتات »
وبصورة خاصة كومبوت
الاجاص .
• هناك نصيحة قديمة وهي
تناول ملء ملعقة من زيت
الزيتون النقي عند الاستيقاظ
صباحاً ان هذه النصيحة الممتازة
لا تزال قائمة . والى الذين لا
يطيقون زيت الزيتون ننصحهم
ان يشربوا كوباً من ماء معدني ،
على ان لا يكون شديد البرودة
ولا شديد السخونة ، في الصباح
عند النهوض من النوم . ان هذا
الكوب ليس افضل منه ولا اقوى
فعالية لا يفاظ الاجهزة الكسولة .
البقية على الصفحة ٧ عمود ٣

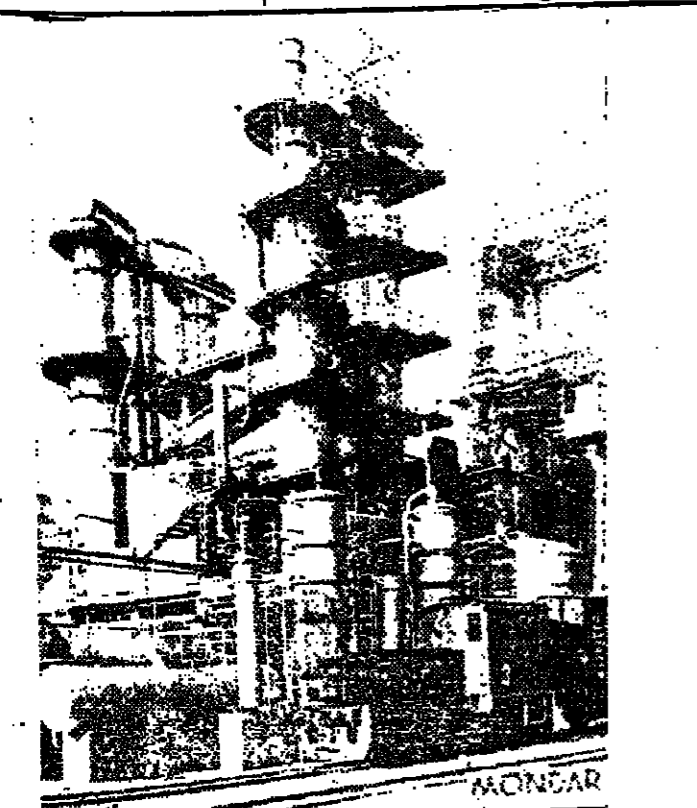
اليوم

المدارس الفائزة في كرات السلة واليد والقدم

فما يلي نتائج المباريات الرياضية التي جرت في محافظة
اريد ، واسماء المدارس الفائزة في بطولة كرة السلة للمدارس
الثانوية في المملكة ، وبطولة كرة اليد للمدارس الاعدادية في
المملكة ، وبطولة كرة القدم للمدارس الثانوية في المحافظة .

في كرة السلة
فازت ثانوية عجلون على
سعد الثانوية بـ ٢٧ اصابة مقابل
٢١ اصابة . كما فازت ثانوية حسن
كامل الصباح على مدرسة اربد
الصناعية بـ ٣١ اصابة مقابل ١٩
اصابة . وفازت ثانوية الرمثا على
ثانوية الفرق بـ ٢٣ اصابة مقابل
١٩ اصابة .

في كرة اليد
فازت اعدادية حمزة بن عبد
المطلب على مدرسة اربد
بـ ١٣ اصابة مقابل ١١ اصابة
وفازت الحصن على الصريح بـ ٢٣
اصابة مقابل ٨ اصابات كما فازت
مدرسة ابن زيدون على كفرسوم
بـ ١٩ اصابة مقابل ٨ اصابات
وفازت الصريح على الرمثا .
القادح .



النشرة المصورة رقم ١٢ - مجموعة ١
صناعة البتروكيماوية في ايطاليا
روما (مونداد) هذه الصورة أصبحت مألوقة وهي شارع عصرنا ، هذا
النظر لا يثل مملاً لتكرير البترول فحسب انما هو معمل ليفصل الاثروت
أو للتقوية داخل مصنع كبير بتروكيماوي ايطالي ...

ذكرت الانباء ان الشعب اللبناني ورجال المقاومة الفلسطينية مازالوا يلاحقون المتآمرين لمحاصرتهم



حصار وفار...

تعليقات سريعة

بشام
رئيس التحرير

« ان السلام سيأتي ذات يوم الى هذه المنطقة. وستنضم هذه الجولات ويحل الرخاء والامن فيها. وسيكون ذلك تحت لواء القانون الاسرائيلي » يعقوب شامير. وزير العدل الاسرائيلي

سماها المنظر !
اسات الى عيونهم رؤية النصب
التذكاري.
النصب الذي اقامته السلطات
الاسرائيلية على جبل المكبر.

اربع غارات في اربع وعشرين ساعة.
هذا ما قالته اذاعة لندن ليلية امس
الاولى، واذاعات اجنبية اخرى معها.
اربع غارات قامت بها اسرائيل
عربية في اربع وعشرين ساعة.

الانجيل اللسوني في مدينة
«موتان» قد قرر اغلاق ابوابه.
ليس هذا فحسب.
بل وبيع جميع موجوداته

كانت الغارات فوق ارجاء سيناء.
لماذا كان الحاج السور ؟
للجنة القومية.
في لبنان.

الوحيد الذي يهدد لبنان والاردن
ومصر والعراق ؟
ارادت ان تقول لكل عربي حر
شريف : هناك مكان العمل.
ارادت ان تقول : للمارك الجبلية
خيانة.

دائما التجسس
والان دور الطيور يا اميركا.
دور الطيور يا «يتاغون».
دور الطيور يا غايات اميركا
الركنية.

فرقت من دور البشر في التجسس
على البشر.
فرقت من شراء النظم للتجسس
على النظم.
فرقت من شراء الانسان للتجسس
على له.

هذه الجولان.
لست ادري اين انشئت الحكمة.
لكن اترجم ما قاله يعقوب
شامير :

« السلام سيأتي »
والجولان سترده الى الابد.
« تحت القانون الاسرائيلي ».
الترجمة حرة : دقيقة.
هذه العبارة : عبارة يعقوب
شامير ، مهداة الى كل مستبد يات
اطاع الاسرائيليين تقف عند حد !

الفرعون توت عنخ امون مات قتلًا قبل دفنه ! الاشعة تظهر ان سبب الوفاة ربما كان ضربة على الرأس

وزير التربية
يترأس اجتماعا
لمنراء ومديرات المدارس



عمان - عقد جميع مديرو ومديرات
مختلف مدارس وزارة التربية في محافظة
عمان العاصم اجتماعا كبيرا في مدرسة
التطبيقات جبل الحسين مساء امس
حضره السيد ذوقان الهنداوي وزير
التربية والتعلم والميد حسام الدين
الحامد مدير التربية والتعليم بمحافظه عمان
العاصمة.

تزايد انتشار المخدرات في اميركا
سببه الخفاف وموسيقى الروك اندرول

سان فرانسيسكو - ا. ب. قال نجم التلفزيون الاميركي اريك لينكاتر
امس ان الخفاف وموسيقى الروك اندرول والذكور ثوري ليري الذي يدعو
لايضا حقائق المراه من اكبر للامامين في ازمة اخدرات التي تواجه اميركا
اليوم. وقال لينكاتر : «لدي اجترعت ابنته - ٢٠ سنة خلال تماطيلها عقار
المراهة ان ما تجويع موسيقى الروك اندرول من رسائل سوية مشوة عن
تنجيب الشباب على الاقبال على اخدرات وكان لينكاتر يشهد امام احدى لجان
الكونغرس التي تحققت - ورضع اساءة استخدام اخدرات في اميركا.

الاكتشاف كميات كبيرة
من مادة الخفاف

عمان - اعلنت سلطة الصادر
الطبيعية وزارة الداخلية للشؤون البلدية
والقروية اكتشاف كميات كبيرة من مادة
«الخفاف» من نوعية جيده جدا في
منطقة «الجانييف».

وقال البروفسور هاريسون ان
الاشعة اظهرت ان جسيمة توت عنخ
امون مائلة لجهة سينغ كايوع
وتوفر دليل قوي من فحص خلايا
مومياء توت عنخ امون التي اظهرت ان
له ذات فصيلة الدم مثل سينغ كايوع
وهي الفصيلة «أ».

وقال البروفسور هاريسون ان
الاشعة اظهرت ان جسيمة توت عنخ
امون مائلة لجهة سينغ كايوع
وتوفر دليل قوي من فحص خلايا
مومياء توت عنخ امون التي اظهرت ان
له ذات فصيلة الدم مثل سينغ كايوع
وهي الفصيلة «أ».

وقال البروفسور هاريسون ان
الاشعة اظهرت ان جسيمة توت عنخ
امون مائلة لجهة سينغ كايوع
وتوفر دليل قوي من فحص خلايا
مومياء توت عنخ امون التي اظهرت ان
له ذات فصيلة الدم مثل سينغ كايوع
وهي الفصيلة «أ».

وقال البروفسور هاريسون ان
الاشعة اظهرت ان جسيمة توت عنخ
امون مائلة لجهة سينغ كايوع
وتوفر دليل قوي من فحص خلايا
مومياء توت عنخ امون التي اظهرت ان
له ذات فصيلة الدم مثل سينغ كايوع
وهي الفصيلة «أ».

وقال البروفسور هاريسون ان
الاشعة اظهرت ان جسيمة توت عنخ
امون مائلة لجهة سينغ كايوع
وتوفر دليل قوي من فحص خلايا
مومياء توت عنخ امون التي اظهرت ان
له ذات فصيلة الدم مثل سينغ كايوع
وهي الفصيلة «أ».

لندن - رويتر - يحتمل ان يكون الفرعون توت عنخ امون
مات قتلًا قبل دفنه في مقبرته التي ملئت بالكنوز قبل ٣٣٠٠
سنة.

وقال خير بريطاني في التشريح في
مقبرة بتفزيونية ليلية للامم المتحدة
جسم توت عنخ امون المخط بأشعة
اكس اظهرت ان سبب الوفاة ربما كان
ضربة على مؤخرة الرأس.
وتحدى الحير وغير البروفسور رونالد
هاريسون امتداد التشريح في جامعة
ليفربول النظرية القائلة ان كل بين
يشعر لوميا توت عنخ امون يواجه
لمنة الموت وتنجيش في كلون الاول
للشيء وصور للزيمياء بالاشعة.
وكان توت عنخ امون مجهولا الى
ان اكتشفت بمئة اربعة بريطانية في
واشي الملك في طيبة سنة ١٩٢٢.
ويستمر موته وهو في الثامنة عشرة في

الطيران العربية المتحدة
المواعيد الجديدة لرحلات خط عمان - القاهرة

يسر (الطيران العربية المتحدة) ان تعلن لعملائها
الكرام وجميع مكاتب السياحة والسفر ، انها قررت تغيير واصلاتها
للتنظيم بين عمان والقاهرة بطائرات من طراز كوييت ، سي التنافسة
القوية حسب المواجد الاتية ، وذلك اختيارا من اول نوفمبر (تشرين
الثاني) ١٩٩٩

ايام الاثنين والجمعة :
قيام من عمان
وصول الى القاهرة
يوم الاربعاء :
قيام من عمان
وصول الى القاهرة
يوم الاحد :
قيام من عمان
وصول الى القاهرة

وقد تم اعداد هذه المواجد بحيث تكفل لكم انساب الاتصالات واسرها
من القاهرة الى اهم المراسم الاوروبية والافريقية والاسيوية ، على متبني
اجتث الطائرات التنافسة :
بونج ٧٠٧ - ٣٣٠ بي - كوييت ٤ سي
اسمار متفخفة خاصة للذبح والمودة خلال ٣٠ يوما
تسيلات جديدة لسفر المائلات
السفر الى الاسكندرية بنقش سر القفرة عمان - القاهرة
جميع اعمال الحج والاسمات :
نرجو مراعاة : الوكلاء الممويون للطيران العربية المتحدة
* زعتره وشركاء السياحة والسفر *
عمان - شارع الملك حبيب - هاتف ٣٦٠١١ و ٣٠١١١

مهرات

من الذي تحاطبه هذه المرأة ؟

الى من توجه اقوالها هذه
المفتونة بخرافات الزمن ؟
هل ثمة عربي ، او انسان ،
يطبق مباح ما تقوله هذه
المفتونة على الحقيقة
والواقع ؟

انها تقول ما اتقيد به حجة
حرفا حرفا :
• لست ادري ماذا
يريد العرب ،

• انهم يأكلون العلقات ،
ولا نستطيع ان نفسر
اعمالهم ،
• انهم يحملون بالاشياء ،

• ويصدقون احلامهم ،
• هذا ما تقوله الاجنبية
الفريبة عن وطننا . نشأت
في روسيا . شيت في اميركا .
واليوم في بلاد العرب تكيل
الشكائم للعرب .

هذا ما قالته لجة «لوك»
الاميركية .
الاميركية ، ودانبا
الاميركية .

هرعت غولدا مشير الى
حييفا ، لاقاه خطاب
انتخابي ، فوجدت «فتح»
امامها تسعها الانفجارات .

كذلك هرع وزيد دفاعها
الى صحراء سيناء ليري ما
فعلته النصور العربية في
ارجائها .

للمرة الاولى اشعر بالشكر
لها :
لو كانت النفس العربية
من سخر لاحست باهانات
هذه التلودية .

هل من عربي يملك ، بعد
هذا ، ان يكيد لاختيه العربي :
وتلك اقوالها ، واطماعها ،
وخرافاتنا ؟

ابراهيم

الحفلات ٣ و ٢٠ و ٨	بطولة : ادموند بوردوم - بريسيلا ستيل اورورا جوليا	فرقة الخيالة السابعة	تقدم الفيلم الكبير	سينما بحرين للفن تلفون ٢٢١١٧
-----------------------	------------------------------------------------------	----------------------	--------------------	---------------------------------

هبة آمنه للأصل